



Division of Environmental Health Services:

- 385 North Arrowhead Avenue – San Bernardino, CA 92415-0160 – (909) 884-4056
- 8575 Haven Avenue, Suite 130 – Rancho Cucamonga, CA 91730-9105 – (909) 948-5058
- 15900 Smoke Tree, Suite 131 – Hesperia, CA 92345 – (760) 995-8154
- San Bernardino County Vector Control Program
2355 East 5th Street – San Bernardino, CA 92410-5201 – (909) 388-4600

TRUDY RAYMUNDO
Assistant Director of Public Health

MAXWELL OHIKHUARE, M.D.
Health Officer

TERRI WILLIAMS, R.E.H.S.
Division Chief, Environmental Health Services

FOR IMMEDIATE RELEASE

PSA #11-36
May 26, 2011

CONTACT: CORWIN PORTER, MPH, R.E.H.S.
PROGRAM MANAGER
(909) 387-4692

Disfrute del Agua Sanamente

La semana antes del Día de Conmemoración (el 23-29 de mayo de 2011) es semana de la prevención de la enfermedad y daño del agua recreacional (RWII). La meta de esta observancia es de aumentar el conocimiento sobre comportamientos sanos y seguros de la natación, incluyendo maneras de evitar las enfermedades recreacionales del agua (RWIs) (*por sus siglas en ingles*). Gérmenes de RWIs es transmitidos por tragar agua, respirando el rocío o aerosoles que tienen contacto con agua contaminada de piscinas, tinas de agua caliente, parques de agua, áreas de juego de agua, fuentes interactivas, los lagos, los ríos, o los océanos. RWIs se puede también causar por los productos químicos en el agua o los productos químicos que se evaporan del agua y causan problemas de la calidad del aire del interior.

Tema 2011 de la semana de la prevención de los RWI: Prevenga el oído del nadador

Oído de nadador (también conocido como otitis externa) es una infección del canal de oído externo que puede causar dolor y el malestar para los nadadores de todas las edades. El oído del nadador afecta a millones de americanos cada año y los resultados es de cien millones de dólares en costes de la hospitalización. La buena noticia es que el oído del nadador es evitable. Este año, ayudar a asegurar una experiencia sana y libre de dolor del oído de la natación, los centros para el control y prevención de enfermedades (CDC) están animando a nadadores a seguir las pautas de la prevención del oído del nadador abajo.

Pautas de la prevención del oído del nadado

Mantenga sus oídos lo más secos que sea posible.

- Utilice una gorra de natación, o tapones para los oídos.

Séquese bien los oídos después de nadar o de bañarse.

- Utilice una toalla para secarse bien los oídos.
- Incline su cabeza hacia abajo para permitir que el agua escape del canal del oído.

-más-

GREGORY C. DEVEREAUX
Chief Executive Officer

Board of Supervisors
BRAD MITZELFELT, VICE-CHAIRMAN...First District
JANICE RUTHERFORD.....Second District
JOSIE GONZALES, CHAIR.....Fifth District
NEIL DERRY.....Third District
GARY C. OVITT.....Fourth District

- Jale la oreja en diversas direcciones mientras incline su cabeza hacia abajo para ayudar el agua drenar del oído.

No meta objetos en el canal del oído (incluyendo un hisopo, los lápices, los sujetapapeles, o los dedos).

No intente quitar la cera del oído. La cera le ayuda proteger su canal contra la infección.

Si usted piensa que su canal de oído está bloqueado por cera, consulte su médico.

CONSULTE su médico sobre usar gotas del oído después de nadar.

Las gotas no se deben utilizar por personas con tubos en los oídos, personas con tímpanos dañados, con infecciones del oído externo, o drenaje del oído (pus o líquido que sale del oído).

CONSULTE su médico si usted tiene dolor de oído, malestar, o drenaje de sus oídos.

Para más información sobre la prevención de los RWI, visite www.cdc.gov/healthywater/swimming/rwi/rwi-prevent.html. Para más información sobre la prevención del ahogamiento, visite www.cdc.gov/SafeChild/Drowning/index.html. Para más información sobre como nadar sanamente visite la página de CDC al www.cdc.gov/healthyswimming.

Para la información en general con respecto a RWI, comuníquese con el condado de San Bernardino, departamento de salud pública, servicios de las salud ambiental, al 909-884-4056.

###